

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	i
RINGKASAN	ii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	11
C. Perumusan Masalah	12
D. Pembatasan Masalah.....	12
E. Manfaat Penelitian.....	12
BAB II KERANGKA TEORITIS DAN KERANGKA BERFIKIR.....	14
A. Kerangka Teoritis	14
1. Sport Massage	14
1.1 Sejarah Perkembangan Sport Massage	18
1.2 Sport Masseur	22
1.3 Manipulasi Massage	41
1.5 Efek Massage	42
2. Pengertian Etos Kerja	42

3. Sejarah PT. Unilever Indonesia	59
B. Kerangka Berfikir.....	63
C. Hasil Penelitian yang Relevan.....	67
D. Hipotesis Penelitian.....	68
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	69
A. Tujuan Penelitian	69
B. Waktu dan Tempat Penelitian	69
C. Metode Penelitian	70
D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	74
E. Rancangan Perlakuan.....	75
F. Teknik Pengumpulan Data	76
G. Analisis Instrumen Penelitian	78
H. Rancangan Analisis Data	81
I. Uji Hipotesis	83
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	84
A. Deskripsi Data	84
B. Hasil Pengujian	93
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	122
A. Kesimpulan	122
B. Saran.....	123
DAFTAR PUSTAKA.....	xii

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Desain <i>Quasi Eksperiment</i>	71
Tabel 3.2 Populasi Penelitian	73
Tabel 3.3 Variabel Kisi - Kisi Etos Kerja	78
Tabel 3.4 Variabel Kisi - Kisi Etos Kerja Setelah Uji Coba.....	80
Tabel 4.1 Tabulasi Validitas Instrumen	85
Tabel 4.2 Jadwal <i>Treatment Sport Massage</i>	90
Tabel 4.3 Dimensi Stamina Diri	93
Tabel 4.4 Dimensi Disiplin Pegawai	97
Tabel 4.5 Dimensi Keberdayagunaan Pegawai	100
Tabel 4.6 Dimensi Ketersediaan Diri Pegawai dalam Etos Kerja	102
Tabel 4.7 Nilai Hasil <i>Pretest</i> Etos Kerja Pegawai.....	107
Tabel 4.8 Klasifikasi Kelompok Kontrol dan Eksperimen	109
Tabel 4.9 Kelas Interval Kelompok Eksperimen.....	111
Tabel 4.10 Kelas Interval Kelompok Kontrol	111
Tabel 4.11 Analisis Data Hasil <i>Pretest</i>	112
Tabel 4.13 Perolehan Hasil Analisis Data <i>Pretest</i>	114
Tabel 4.13 Nilai Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol dan Eksperimen	115
Tabel 4.14 Kelas Interval Kelompok Eksperimen.....	116
Tabel 4.15 Kelas Interval Kelompok Kontrol	117
Tabel 4.16 Analisis Data Hasil <i>Posttest</i>	118

Tabel 4.17 Perolehan Hasil Analisis Data Posttest.....	120
Tabel 4.18 Analisis Hasil Hipotesis	121

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. <i>Effleurage</i> (Menggosok)	24
Gambar 2. <i>Petrisage</i> (Meremas)	25
Gambar 3. <i>Friction</i> (Gerusan)	26
Gambar 4. <i>Tapotement</i> (Pukulan).....	27
Gambar 5. <i>Vibration</i> (Getaran)	28
Gambar 6. <i>Shaking</i> (Goncangan)	29
Gambar 7. <i>Walken</i> (Menggosok Melintang Otot)	30
Gambar 8. <i>Skin Rolling</i> (Mengeser Lipatan Kulit)	31
Gambar 9. <i>Stroking</i> (Gerusan)	32
Gambar 4.1 Diagram Prosentase Tiap Dimensi	106

DAFTAR LAMPIRAN

1. Kuesioner Uji Coba	xi
2. Perhitungan Validitas dan Reabilitas	xii
3. Perhitungan Validitas	xiii
4. Perhitungan Reliabilitas	xiv
5. Kuesioner Penelitian	xv
6. Data Nilai Pretest	xvi
7. Data Nilai Posttest	xvii
8. Prosentase Butir Pernyataan	xviii
9. Skor Indikator Stamina.....	xix
10. Skor Indikator Disiplin.....	xx
11. Skor Indikator Keberdayagunaan.....	xxi
12. Skor Indikator Ketersediaan Diri.....	xxii
13. Dokumentasi	xxiii
14. Surat Keterangan Judul Skripsi.....	xxiv
15. Surat Pernyataan Validitas.....	xxv

DAFTAR PUSTAKA

- Anonymous, *Perspektif Sejarah Massage*. Universitas Pendidikan Indonesia, 2008
- Back, Chris., Helen Tam., Elaine Lee., Bodhi Haraldsson, *The Effects of Employer – Provided Massage Therapy on Job Satisfaction, Workplace Stress, and Pain and Discomfort*. Holistic Nursing Practice Journal, January - February Edition, 2009
- Arep, Ishak dan H. Tanjung, *Manajemen Sumberdaya Manusia*. Universitas Trisakti. Jakarta, 2002
- Arikunto, Suharsimi, *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta, 2009.
- Houghton Mifflin. *The American Heritage Dictionary of English Language, Fifth Edition*. America: Mass Market, 2008
- Istijanto, *Riset Sumber Daya Manusia, Cara Praktis Mendeteksi Dimensi-Dimensi Kerja Karyawan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2005
- Kusnan, Ahmad, *Iklim Organisasi, Disiplin dan Etos Kerja*. Gramedia: Jakarta, 2004
- Poniman, F. Nugroho, I dan Azzaini, J, *Kubik Leadership, Solusi Esensial Meraih Sukses dan Kemuliaan Hidup*. Mizan Publika: Jakarta, 2006
- Sitepu, Indra Darma., *Efektivitas Massage Terhadap Penurunan Kelelahan Otot Tangan Operator Komputer Puskom Unimed*. USU e-Repository: Medan, 2007
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta: Bandung, 2009
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*. Alfabeta: Bandung, 2007
- Samsuddin, *Terapi Massage*. Jakarta FIK: UNJ, 2011
- Sinamo, Jansen., *Delapan Etos Kerja Profesional*. Jakarta: Institut Mahardika, 2005
- Syamsuddin AR dan Vismaia S. Damaianti., *Metode Penelitian Pendidikan Bahasa*. Bandung: Remaja Rosdakarya Offset, 2007
- Taniredja, Tukiran., *Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta, 2011
- <http://www.unilever.co.id/id/aboutus/introductiontounilever/>. Diakses di Jakarta, 9 Desember 2014

www.eastwest.co.id/id/services/sport-massage.html. Diakses di Jakarta,
10 November 2014

www.depkop.go.id. Diakses di Jakarta, 5 Desember 2014

<http://rhennyhanasj.wordpress.com/2014/05/25/fase-fase-perkembangan-manusia/>. Diakses di Jakarta, 20 April 2015